

**Pendidikan Kesehatan Tentang Pijat Perineum Ibu Hamil Di Wilayah Kerja
Puskesmas Kamoning Sampang**

*Health Education About Perineum Massage for Pregnant Women in the Work
Area of the Kamoning Sampang Community Health Center*

Siti Mudlikah¹, Rizka Esty Safriana², Dwi Purwati Ningsih³,
Fakultas Kesehatan Prodi DIV Kebidanan Universitas Muhammadiyah Gresik
Email: mudlikah@umg.ac.id

ABSTRAK

Perdarahan perineum akibat robekan merupakan salah satu penyebab kematian ibu bersalin. upaya untuk mencegah robekan perineum dengan melakukan teknik pijat perineum pada wanita hamil trimester tiga usia kehamilan 34-35 minggu. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan pada pijat perineum pada pengetahuan ibu hamil di wilayah kerja puskesmas kamoning di Kabupaten Sampang, Kabupaten Sampang. Metode penelitian menggunakan one group pre-post test design, instrumen angket, populasi ibu hamil trimester tiga berjumlah 120 orang, sampel total sampling, analisis data distribusi frekuensi, uji statistik uji T. Hasil penelitian ini 120 wanita sebelum diberi pendidikan kesehatan memiliki pengetahuan baik sebanyak (5,8%), pengetahuan cukup sebanyak (36,7%) dan pengetahuan kurang sebanyak (57,5%), Maka setelah diberi pendidikan kesehatan memiliki pengetahuan baik sebanyak (78,3%), cukup (20,9%) dan kurang (8%). Uji T menemukan bahwa p (nilai) = 0,005 dan α = 0,05, p (nilai) $<$ α Kesimpulan: ada pengaruh edukasi kesehatan tentang pijat perineum terhadap pengetahuan ibu hamil trimester ketiga di wilayah kerja Puskesmas Sampang.

Kata Kunci: Pendidikan, Kesehatan, Pijat, Perineum

ABSTRACT

Perineal bleeding due to tears is one of the causes of maternal death. efforts to prevent perineum tears by performing perineum massage techniques in three trimester pregnant women at 34-35 weeks' gestation. The purpose of this study was to determine the effect of health education on perineal massage on the knowledge of pregnant women in the working area of the kamoning puskesmas in Sampang District, Sampang Regency. The research method used one group pre-post test design, questionnaire instruments, population of three trimester pregnant women amounted to 120 people, total sampling sample, analysis of frequency distribution data, T-test statistical results. The results of this study 120 women before being given health education had as much good knowledge (5.8%), sufficient knowledge (36.7%) and insufficient knowledge (57.5%). Then after being given health education there is good knowledge (78.3%), sufficient (20.9%) and less (8%). The T test found that p (value) = 0.005 and α = 0.05, p (value) $<$ α Conclusion: there is an effect of health education about perineal massage on the knowledge of third

trimester pregnant women in the working area of the Sampang Community Health Center.

Keywords: *Education, Health, Massage, Perineum*

PENDAHULUAN

Diperkirakan setiap tahun 15% ibu hamil mengalami komplikasi berat mengancam jiwa. diantaranya 90% negara asia, afrika, 10% negara berkembang dan 1% negara maju. (Bardja, 2017).

Penyebab kematian ibu di Indonesia yaitu perdarahan 30%, eklamsi 25%, infeksi 12% (Dewi, 2013). Perdarahan post partum akibat gangguan pelepasan placenta, atonia uteri, Ruptur perineum/robekan jalan lahir (Badan Pusat, 2013). Rupture perineum terjadi karena faktor maternal dan janin (Cunningham, 2013). Perineum kaku, partus precipitatus, pimpinan persalinan yang salah beresiko ruptur perineum (Prawitasari, 2015).

Menurut (Yunida Haryanti, 2019) bahwa ruptur/robekan Perineum terjadi karena berat badan bayi lahir > 3500 gram sebanyak 91,6%, usia ibu hamil antara 15-34 tahun 67%. sesuai teori bahwa bayi besar dengan berat badan lebih dari 4000 gram juga beresiko ruptur perineum (Prawirohardjo, 2013).

Rupture/robekan Perineum hampir dapat terjadi pada semua persalinan, pada dasarnya tidak berbahaya jika mendapat penanganan yang baik (Prawirohardjo, 2013). Robekan perineum antara lain: faktor ibu (mengejan sebelum waktunya, odem vagina, kerapuhan perineum, lemah jaringan perenium) Faktor Janin (kelainan letak, distosia bahu, bayi besar), faktor penolong (pimpinan persalinan yang salah. (Rosmawar, 2013). Ruptur

perineum memiliki tingkatan derajat yaitu derajat 1 (robekan mukosa perineum), derajat 2 (robekan otot dan kulit), derajat 3 (otot dan sekitar anus), derajat 4 (otot anus) (Manuaba, IGB. 2012)

Salah satu cara untuk mencegah terjadinya perdarahan akibat ruptur/robekan perineum dengan melakukan teknik memijat perineum saat hamil untuk melembutkan jaringan ikat dan elastisitas perineum (Natani, 2012). Salah satu cara kuno pijat perineum bermanfaat melancarkan aliran darah, elastisitas dan relaksasi otot-otot dasar panggul. Pijatan dilakukan pada ibu hamil umur kandungan > 34 minggu atau 6 minggu sebelum persalinan. (Hidayati, 2014). Sesuai penelitian (Ida Farida Handayani, 2018) bahwa pemijatan perineum pada usia > 34 minggu sangat efektif menurunkan resiko ruptur/robekan perineum. Peminjatan perineum dilakukan sebanyak 16 kali bermanfaat menyiapkan mental ibu saat dilakukan pemeriksaan dan persiapan menghadapi proses persalinan pada saat kepala janin crowning supaya perineum rileks dan elastis (Fatimah, 2018).

Metode teknik pemijatan perineum merupakan salah satu cara yang dilakukan melalui pendidikan kesehatan terlebih dahulu yaitu memberikan informasi kesehatan sesuai masalah kesehatan ibu disesuaikan dengan teori kesehatan (Sugiyono, 2016).

Berdasarkan studi pendahuluan di wilayah kerja

puskesmas Kamoning Kec. Sampang Kab, Sampang bulan April 2019 diperoleh sebagai berikut: sebanyak 10 ibu hamil dilakukan pre dan test bahwa 8% memiliki pengetahuan tentang pijat perineum sangat rendah dan hanya 2% memiliki pengetahuan tinggi/baik. Dari hasil wawancara ibu diketahui penyebab mayoritas pengetahuan rendah karena ibu belum pernah mendapat informasi tentang pijat perineum dan manfaatnya untuk kehamilannya. hal ini juga dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya: pendidikan ibu mayoritas rendah, lingkungan social yang masih sangat berpengaruh dari adat budaya bahwa pijat perineum tidak memberikan manfaat justru pijat perut yang masih ada dilakukan oleh ibu hamil di sampang sebagai tradisi.

Dari latarbelakang tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul pengaruh pendidikan kesehatan tentang pijat perineum terhadap pengetahuan ibu hamil di

wilayah kerja puskesmas kamoning kec. sampang kab. sampang.

METODE

Metode penelitian menggunakan rancangan pre-post tes dalam suatu kelompok atau One Group Pre-Post Test design (Arikunto. 2014) yaitu hubungan sebab akibat. diberikan perlakuan untuk mengetahui pengetahuan ibu hamil setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang pijat perineum kemudian pengetahuan diukur menggunakan Kuesioner sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan (Pre-Post Test) (Nursalam, 2013). Populasi semua ibu hamil trimester tiga wilayah kerja Puskesmas Kamoning Kec. Sampang Kab. Sampang, Sampel menggunakan total sampling . (Notoatmodjo, S. 2015). Analisis data menggunakan distribusi frekuensi dengan uji statistis SPSS uji T test ($p < 0,05$).

HASIL

1. Data Umum Karakteristik Ibu Hamil

1.1 Data Umur Ibu Hamil

Tabel 1.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Hamil

Karakteristik Ibu Hamil			
Umur		Frekuensi	Persentase
	20-24	62	51,7
	25-29	40	33,3
	30-35	18	15
	Total	120	100
Pendidikan			
	SD	35	29,1
	SMP	50	41,7
	SMA	20	16,7
	Sarjana	15	12,5
	Total	120	100
Pekerjaan			
	IRT	53	44,7
	Petani	55	45,3
	Guru	12	10
	Total	120	100

Berdasarkan Tabel 1.1 menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil berumur antara 20-24 tahun sejumlah 62 (51,7%), sebagian besar

berpendidikan SMP 50 orang (41,7%) dan sebagian besar ibu hamil memiliki pekerjaan petani sebanyak 55 orang (45,3%)

2. Data Khusus Ibu Hamil

2.1 Pengetahuan ibu hamil

Tabel 2.1 Distribusi frekuensi pengetahuan ibu hamil tentang pijat perineum.

Pengetahuan	Sebelum diberi pendidikan kesehatan		Sesudah diberi pendidikan kesehatan		Total	
	f	%	f	%	F	%
Baik	7	5,8	94	78,3	101	42,1
Cukup	44	36,7	25	20,8	69	28,8
Kurang	69	57,5	1	8	70	29,1
Total	120	100	120	100	240	100

Berdasarkan tabel 2.1 Menunjukkan bahwa sebelum diberi pendidikan kesehatan ibu memiliki pengetahuan kurang sejumlah 69 orang (57,5%) lebih banyak dibandingkan pengetahuan cukup 44 orang (36,7%) dan pengetahuan baik 7 orang (5,8%) sedangkan pengetahuan ibu sesudah diberi pendidikan kesehatan mayoritas berpengetahuan baik sebanyak 94 orang (78%), pengetahuan cukup 25 orang (20,8%) dan pengetahuan kurang sebanyak 1 orang (8%). Dari Hasil uji Statistik Uji T Test menggunakan SPSS 16 for Windows menunjukkan nilai kemaknaan probability ($p = 0,005$) lebih kecil dari nilai signifikan ($\alpha = 0,05$) berarti ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang pijat perineum terhadap pengetahuan ibu hamil.

PEMBAHASAN

Pengetahuan ibu hamil sebelum diberi pendidikan kesehatan tentang pijat perineum

Berdasarkan tabel 2.1 menunjukkan bahwa 1 sebelum ibu

diberi pendidikan kesehatan tentang pijat perineum mayoritas memiliki pengetahuan kurang 69 orang 57,5% lebih banyak dibandingkan pengetahuan cukup 44 orang (36,7%) dan pengetahuan baik 7 orang (5,8%).

Pendidikan kesehatan berpengaruh pada pengetahuan seseorang, semakin meningkat pendidikan seseorang akan lebih mudah menerima pengetahuan (Nursalam, 2013). Hal ini sesuai hasil penelitian mayoritas ibu hamil berpendidikan Rendah yaitu SMP sebanyak 50 orang (41,7%). dan mayoritas berusia antara 20-24 tahun. Hal ini sesuai penelitian bahwa usia muda lebih beresiko tinggi terjadi rupture/robekan perineum saat proses persalinan (Yunida H, 2019) berbeda menurut Muchtar rupture/robekan perineum tidak ada hubungan dengan umur karena perineum dipengaruhi oleh kelenturan dan elastisitas perineum apabila ibu melakukan olahraga teratur akan mengurangi rupture saat proses persalinan (Siti Dewi Endriani, 2012). Pengetahuan ibu kurang sebagian besar terdapat

pada ibu yang bekerja sebagai petani 55 orang (45,3%). Hal ini sesuai penelitian (Siti Herliani, 2016) ibu yang tidak bekerja memiliki pengetahuan rendah, karena kurangnya informasi dari seseorang maupun dari media social.

Ibu hamil yang berpengetahuan rendah rata-rata berpendidikan rendah yaitu SMP. Pendidikan rendah mempengaruhi pemahaman tentang informasi yang diterima sehingga pengetahuan ibu masih kurang baik pengetahuan umum maupun pengetahuan kesehatan terutama tentang pijat perineum dalam menyiapkan proses persalinan normal.

Pengetahuan ibu hamil sebelum diberi pendidikan kesehatan tentang pijat perineum

Diketahui bahwa pengetahuan ibu hamil yang sudah dilakukan pendidikan kesehatan tentang pijat perineum sebagai berikut: sebagian besar berpengetahuan baik sejumlah 94 orang (78%), pengetahuan cukup 25 orang (20,8%) dan pengetahuan kurang berjumlah 1 orang (8%).

Hal ini sesuai teori Notoadmojo (2012) bahwa salah satu cara mendapat pengetahuan dengan benar belajar dari pengalaman pribadi secara langsung seperti pengetahuan yang didapat dari pendidikan resmi maupun non resmi. Hal ini sesuai hasil penelitian mayoritas ibu berpendidikan rendah yaitu SMP yang menjadi salah satu faktor penyebab kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang informasi cara mengurangi rupture/robekan jalan lahir saat proses persalinan.

Setelah ibu diberikan pendidikan kesehatan tentang pijat perineum terdapat adanya perubahan pengetahuan dari pengetahuan kurang

sebanyak 57,5% menjadi pengetahuan baik 78%. Hal ini sesuai dengan penelitian Herawari, Desriza Sari, Devi Verini (2018) bahwa adanya peningkatan pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan

pada kelompok ibu hamil yang diberikan pendidikan kesehatan tentang pijat perineum melalui metode kuesioner menunjukkan yaitu ibu hamil berpendidikan tinggi (78%) berpeluang memperoleh pengetahuan baik dibandingkan yang berpendidikan rendah. Pengetahuan salah satunya diperoleh melalui pendidikan formal maupun informal. Pada penelitian ini ibu hamil yang berpengetahuan baik mayoritas berpendidikan tinggi sedangkan pengetahuan cukup dan kurang tentang pijat bayi mayoritas pada ibu berpendidikan SMP dan mayoritas berkerja sebagai petani. Jadi pada penelitian pengetahuan yang baik bukan hanya didapat dari pendidikan resmi akan tetapi setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang pemijatan perineum yang sebelumnya dilakukan pre test mayoritas pengetahuan ibu kurang 69 orang (57,5%).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan yaitu:

1. Ibu hamil sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang pemijatan perineum memiliki pengetahuan kurang 69 orang (57,5%) pengetahuan cukup 44 orang (36,7%) dan pengetahuan baik 7 orang (5,8%).
2. Ibu hamil sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang pemijatan perineum memiliki berpengetahuan baik sebanyak 94 orang (78%), pengetahuan cukup

25 orang (20,8%) dan pengetahuan Kurang sebanyak 1 orang (8%). Hasil uji Statistik Uji T Test menunjukkan nilai kemaknaan probability ($p = 0,005$) lebih kecil dari nilai signifikan ($\alpha = 0,05$). Yaitu Adanya pengaruh pendidikan kesehatan tentang pijat perineum terhadap pengetahuan ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. (2014). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka cipta.
- Badan Pusat, S. (2013). *Survai Demografi dan Kesehatan Indonesia 2012*. Jakarta: Sdk, p.16.
- Bardja, S. (2017). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Hipertensi Dalam Kehamilan Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Gunung Jati Tahun 2015. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 2(11), 151-161.
- Cunningham, F. e. (2013). *Obstetri Williams*. Makasar: EGC.
- Dewi, S. L.-S.-J. (2013). Benzene-Poly-Carboxylic Acids Complex With Cis-Diammineplatinum (II) Dichloride In The Treatment Of Stage IV Breast Cancer Patients. *The open breast cancer journal*.
- Fatimah, P. (2018). Hubungan Pemberian Edukasi Pijat Perineum Dengan Pelaksanaan Pijat Perineum Pada Ibu Hamil Trimester III . *Proseding seminar nasional vokasi Indonesia*, volume 1, e-ISSN 2654-6493.
- Harnawati, D. S. (2018). Pengetahuan Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Pelajar SMA Tentang HIV/AIDS. *Jurnal Endurance 3 (3) Oktober 2018*, (588-595).
- Hidayati, R. (2014). Pengaruh pemijatan perineum terhadap Ruptur perineum pada primigravida di BPS Ny. "R" di kecamatan sumbersari kabupaten jember. *jurnal ilmu kebidanan Program Studi Diploma III Kebidanan STIKES Dr. Soeban*, Vol 2 No 2 November-April 2014.
- Ida Farida Handayani, U. S. (2018). Efektifitas Pemijatan Perineum Pada Primigravida Terhadap Kejadian Laserasi Perineum. *Jurnal penelitian kesehatan suara forikes*, Volume 9 Nomor 2, April 2018. ISSN 2086-3098-ISSN 2502-7778(e).
- Manuaba, I. (2012). *Ilmu Kebidanan, penyakit kandungan & keluarga berencana untuk pendidikan bidan*. Jakarta: EGC.
- Natani, P. (2012). Pengaruh perineum Massage terhadap derajat robekan perineum pada ibu primigravida di BPS Wijayanti dan BPS Desa kecamatan Negara. *jurnal fakultas kedokteran Universitas Udayana Sudirman Denpasar Bali*, Vol. 1 No 2 Maret 2012.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta. .
- Notoatmodjo, S. (2015). *Metodologi Penelitian dan Kesehatan*. Jakarta: Rhineka Cipta.
- Nursalam. (2013). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*, : . Jakarta: Salemba Medika.

- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan (Edisi 3)*. Jakarta: Salemba Medika.
- Prawirohardjo, S. &. (2013). Ilmu Kandungan. *journal of Chemical, Informastion and Modeling*.
- Prawitasari, E. Y. (2015). Penyebab terjadinya ruptur perineum pada persalinan normal di RSUD Muntilan Kabupaten Magelang. *Jurnal Ners dan kebidanan Indonesia*, 3 (2) p 77.
- Rosmawar. (2013). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Laserasi Pada Persalinan Normal Di Puskesmas Tanah Jambo Aye Panton Labu . *Jurnal Ilmiah Stikes u`Budiyah*.
- Siti Dewi Endriani, A. R. (2012). Hubungan umur, paritas dan berat lahir dengan kejadian laserasi perineum di Bidan Praktik swasta Hj. Sri Wahyuni SST. *http: Jurnal. Unimus. Ac.id Semarang Tahun 2012*, 001, pp.84-89.
- Siti Herliani, I. Y. (2016). Hubungan Status Pekerjaan Dan Pendidikan Dengan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tanda Bahaya Kehamilan. *Jurnal Obstretika Scientia* , Vol. 4 No. 1 (2016-2017).
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif & Kualitatif* . Bandung: Alfabeta.
- Yunida H, e. F. (2019). Analisis karakteristik kejadian ruptur perineum pada persalinan normal. *Jurnal Kebidanan*, pISSN 2252-8121, eISSN 2620-4894.
- Yunida Haryanti, E. F. (2019). Analisis Karakteristik Kejadian Ruptur Perineum Pada Persalinan Normal . *Jurnal Kebidanan*, pISSN 2252-8121, eISSN 2620-4894 Volume 9